ROCZNIKI PSYCHOLOGICZNE
Tom 1 – 1998

Giacinto F r o g g i o, *Mangiare libertà o schiavitù? I disturbi alimentari psicogeni: anoressia, bulimia, obesità*, Milano: San Paolo 1997, ss. 216.

V. E. Frankl powiedział kiedyś, że każda epoka ma własną nerwicę, a każdy wiek – potrzebę własnej psychoterapii. Druga połowa XX wieku obfituje w choroby, które wcześniej występowały dość rzadko. Można do nich zaliczyć m.in. psychogenne zaburzenia odżywiania (DAP): *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa* i otyłość psychogenna. Głównie dzięki *mass mediom* terminy te weszły do codziennego języka i zajęły w nim ważne miejsce.

Psychogenne zaburzenia odżywiania są typowe dla kultury zachodniej, ale w ostatnich latach pojawiają się one również w krajach Europy Wschodniej i Azji, a nawet w krajach Trzeciego Świata. Etiologia tych chorób nadal jest dość słabo znana, a dotychczasowe sposoby leczenia są uciążliwe i mało skuteczne. Ponieważ choroby te są bardzo niebezpieczne i często kończą się śmiertelnymi zejściami, lekarze, psychiatrzy i psychologowie gorączkowo poszukują nowych sposobów ich leczenia.

Prezentowana książka G. Froggio jest cennym głosem w toczącej się dyskuji nad genezą, strukturą, przebiegiem i sposobami leczenia psychogennych zaburzeń odżywiania. Uważny czytelnik zauważy, że praca ta jest nie tylko zbiorem współczesnych koncepcji anoreksji, bulimii i otyłości psychogennej. Autor bowiem wręcz po mistrzowsku przedziera się przez gąszcz nierzadko sprzecznych teorii, by poprzez ich krytyczną ocenę dopracować się własnej, spójnej koncepcji analizowanych zaburzeń i zaproponować nowy, bardziej skuteczny sposób ich leczenia.

Oryginalne i ciekawe podejście autora do psychogennych zaburzeń odżywiania nawiązuje do założeń logoteorii. Autor jest uczniem i interpretatorem myśli Frankla. Dał się poznać jako dobry dydaktyk oraz doświadczony psycholog i psychoterapeuta. Od wielu lat działa on w Związku Logoterapii i Analizy Egzystencjalnej V. E. Fran-

kla (*Associazione di Logoterapia e Analisi Esistenziale Frankliana*). Jest współtwórcą i propagatorem nowej metody leczenia uzależnienia alkoholowego, opartej na logoterapii. Szczegółowy jej opis można znaleźć w jego wcześniejszych publikacjach, z których na szczególną uwagę zasługują dwie: *Un male oscuro. Alcolismo e logoterapia di Frankl*. Edizioni Paoline. Milano 1987 oraz *Alcolismo: il fenomeno, le cause, un modello di trattamento: la logoterapia di Frankl*. EISS, Roma 1986.

Recenzowana książka stanowi kolejną, 33. pozycję cieszącej się dużym zainteresowaniem włoskich czytelników popularnej serii *Psicologia*. Zawiera ona sześć rozdziałów opatrzonych wstępem, zakończeniem i spisem bibliograficznym. Trzeba dodać, że spis ten jest niezwykle bogaty, bo składa się na niego aż 188 pozycji literatury światowej. Dodatkowym atrybutem jest fakt, że większość literatury, na którą powołuje się autor, obejmuje okres ostatnich 15 lat. Świadczy to niewątpliwie o bardzo solidnym warsztacie naukowym Froggio i jego ogromnej erudycji. Idą one w parze z pokorą badacza, który jak sam zaznacza we wstępie, nie szuka za wszelką cenę okazji do gloryfikowania logoteorii, lecz odnosząc się z całym szacunkiem dla osiągnięć innych kierunków psychologicznych, chce wskazać miejsca, w których „myśl Frankla” jest bliższa niż myśli innych psychologów prawdzie o człowieku i jego kondycji.

Rozdział pierwszy został poświęcony omówieniu wielu funkcji, jakie spełnia spożywanie przez człowieka posiłków, oraz wyjaśnieniu działania mechanizmu: poczucie głodu–stan sytości. Autor podkreśla, że obok funkcji najważniejszej – biologicznej – polegającej na zaspokojeniu głodu, posiłek spełnia również wiele funkcji symbolicznych, np. społeczną, rytualną, artystyczną, estetyczną czy religijną. Są one również ważne i wymuszają na człowieku uczestniczenie w jedzeniu potraw nawet wówczas, gdy nie ma stanu głodu. Centrum sterujące mechanizmem narastania stanu sytości i obniżania głodu w trakcie jedzenia znajduje się w mózgu, a sam mechanizm jest rodzajem zintegrowanego systemu, zależnego od czynników zewnętrznych i wewnętrznych. Czynniki wewnętrzne (fizykochemiczne) mają charakter splotu sygnałów nerwowych i hormonalnych. Mogą one być stymulowane przez działanie czynników zewnętrzych, takich jak stres, moda czy kultura. Odnosić się to może zarówno do stanu głodu, jak i do stanu sytości. *Anorexia nervosa*, *bulimia nervosa* i otyłość psychogenna są – zdaniem autora – klasycznym tego przykładem.

W kolejnych trzech rozdziałach zostały szegółowo omówione wspomiane trzy typy psychogennych zaburzeń odżywiania. Odwołując się do konkretnych przypadków, autor podał symptomy tych zaburzeń i opisał ich rozwój. Dodatkowo nakreślił psychologiczny portret rodzin, w których przypadki wspomnianych chorób zostały odnotowane. Przedstawił również najczęściej stosowane metody ich leczenia.

Treścią rozdziału piątego jest logotorepeutyczna interpretacja anoreksji, bulimii i otyłości psychogennej. Dwie pierwsze są – zdaniem autora – konsekwencją pustki egzystencjalnej, wywołanej kryzysem tożsamości. W postawie osób dotkniętych tymi chorobami jest obecna przesadna intencja osiągnięcia własnego ideału piękna, charak-

teryzującego się szczupłą sylwetką. Jedynym ważnym celem staje się dla nich poszukiwanie przyjemności zobaczenia siebie takim, jakim wymagają tego kanony mody. Piękno ciała dla jednych i drugich jest także symbolem mocy. Być szczupłym oznacza dla nich być akceptowanym przez innych, być w ich centrum zainteresowania, osiągnąć sukces nie przez to kim się jest, ale przez to, co się ma. Przesadne dążenia do osiągnięcia idealnego stanu za każdą cenę kończą się zachowaniami neurotycznymi. Bulimicy popadają w obżarstwo, a chorzy na anoreksję rozregulowują mechanizmy organiczne. W obu przypadkach prowadzi to w rezultacie do autodestrukcji.

Osoba dotknięta otyłością psychogenną jest uzależniona od ilości pożywienia i nie czuje się naprawdę wolna. Nadaje ona jedzeniu znaczenia, których ono naprawdę nie ma: sądzi, że jedzenie uspokaja, że jest dobrym przyjacielem i doradcą. W takim człowieku gubi się wolność osobowa i odpowiedzialność. Nie ma w nim także miejsca na autotranscendencję, jest on bowiem zbyt zajęty sobą i pogonią za przyjemnością, której dostarcza mu jedzenie.

Otyłość – w odróżnieniu od anoreksji i bulimii – jest częściej problemem ludzi dorosłych niż dorastających, a zatem występuje u osób, które powinny zbudować już własną tożsamość. Rzeczywistość jest jednak inna; poszukiwanie znaczenia, frustracje i egzystencjalna pustka nie zależą bowiem wprost od wieku, religijności i poziomu inteligencji.

Szósty i ostatni rozdział recenzowanej pracy zawiera propozycje terapeutyczne. Są one rozumiane jako rodzaj swoistego dopełnienia terapii organicznej i farmakoterapii. Zdaniem autora, stosowanie samej logoterapii byłoby tu niewystarczające i nie może przynieść oczekiwanych rezultatów. Logoterapia ma służyć w leczeniu omawianych zaburzeń jako środek konieczny, ale nie wystarczający. Należy ją wykorzystać do rekonstrukcji własnej tożsamości poprzez odkrywanie znaczeń egzystencjalnych.

Autor podkreśla, że leczenie czysto objawowe, chociaż może przynosić chwilowe rezultaty, to na dłuższą metę okazuje się bezskuteczne, gdyż nie pomaga osobie chorej w zmianie widzenia siebie i świata. Konieczne jest więc połączenie wysiłków w celu jednoczesnej zmiany stosunku osoby chorej do jedzenia i przebudowy jej tożsamości poprzez odkrywanie znaczenia własnego życia.

Metodami logoterapeutycznymi zaproponowanymi przez Froggio są logodrama i dialog sokratejski. Logodrama jest rodzajem oddziaływania na sferę noetyczną człowieka. Wykorzystuje się w niej pracę na symbolach. Na poziomie prelogicznym oddziałuje się na świadomość, gdyż jest ona „organem” odkrywania znaczenia.

Dialog sokratejski nie jest procedurą wymyśloną przez logoterapię, lecz tylko przez nią przejętą. Bazuje ona na zdolności zadawania pytań w odpowiednim momencie i we właściwy sposób. Pytania te zmierzają do uświadomienia osobie odpowiadającej roli znaczenia w życiu człowieka.

Książka Groggio kończy się pełnym ufności stwierdzeniem, że logoterapia może być wykorzystywana w leczeniu wielu chorób współczesnego człowieka. Krok po kroku zdobywa ona nowe obszary kompetencji, podkreślając w ten sposób rolę i zna-

czenie wymiaru noetycznego w byciu i stawaniu się człowiekiem. Warunkiem skuteczności logoterapii jest jednak potrzeba żywej ufności psychoterapeuty w zdolności duchowe pacjenta, wyrażające się najpełniej w jego potencjalności do bycia wolnym i odpowiedzialnym.

Według słów autora adresatami jego pracy są psychologowie, psychiatrzy i terapeuci, można ją jednak śmiało polecić tym wszystkim, których interesuje poszukiwanie głębokiej prawdy o człowieku i jego egzystencji. Jasny i klarowny wykład, dyscyplina w prowadzeniu myśli i nie często spotykana zdolność łatwego mówienia o rzeczach trudnych sprawiają, że książkę tę, mimo niełatwego języka, czyta się chętnie i z dużym zainteresowaniem.

Lekturę tej książki warto zaproponować zwłaszcza polskiemu czytelnikowi, gdyż logoteoria i logoterapia zdobywają sobie na gruncie polskim coraz więcej uznania. Dokonuje się to niewątpliwie przy aktywnym udziale Katedry Psychoterapii KUL.

Ks. Jerzy Szymołon